

Rezept

Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Feta

Ein Rezept von Kartoffel-Gemüse-Pfanne mit Feta, am 21.06.2026

Zutaten

800 g kleine neue Kartoffeln oder Drillinge	4 EL Olivenöl
1 Paprikaschote	200 g grüne Bratpaprika (z.B. Pimientos de Padrón)
2 junge Zucchini (à ca. 125 g; möglichst gelb und grün)	1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe	2 Zweige Rosmarin
1 TL getrockneter Oregano	100 g schwarze Oliven nach Belieben
Salz	Pfeffer
	100 g Feta

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal, 24 g F, 11 g EW, 36 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln mit Schale unter fließendem kaltem Wasser sauber bürsten, abtrocknen und längs halbieren. 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze 10 Min. anbraten, dabei öfter wenden.
2. Inzwischen die Paprikaschote vierteln, entkernen, waschen und in 3 cm große Stücke schneiden. Pimientos abbrausen. Zucchini waschen, putzen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.
3. Paprika, Pimientos, Zucchini und Zwiebeln mit dem restlichen Öl in die Pfanne zu den Kartoffeln geben und unter Wenden bei mittlerer bis starker Hitze 5 Min. mitbraten.
4. Inzwischen den Rosmarin abbrausen, abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen und fein würfeln. Wenn du Oliven verwendest, diese abtropfen lassen. Mit Rosmarin, Oregano und Knoblauch unter die Kartoffeln mischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Den Feta zerbröckeln und obendrauf streuen.